目 录

一、佛教的基本认识
（一）佛陀是什麼？ …………………… 005
（二）佛陀是创世主吗？ ………………… 008
（三）菩萨怎麼讲？ …………………… 010
（四）佛教的基本教理是什麼？ ……… 013
（五）怎样成为一个佛教徒呢？ ……… 018
（六）佛教是世界性的宗教吗？ ……… 021

二、原始佛教
（一）原始佛教的定义 ………………… 035
（二）佛陀及其教团 …………………… 037
（三）原始佛教的教团生活 …………… 044
（四）原始佛教的教理思想 …………… 063

三、怎样修持解脱道？
（一）什麼叫作解脱？ ………………… 087
（二）佛教的解脱思想 ………………… 093
（三）佛教的解脱工作 ………………… 104
（四）佛教的解脱方法 ………………… 111
（五）谁该修持解脱道？ ……………… 136

四、因果与因缘
（一）因果与因缘 ……………………… 141

【附录】
圣严法师简介 ································· 164
四众佛子共勉语 ······························· 166

一、佛教的基本认识

（一）佛陀是什麽?

佛陀，这是印度古代梵文的音译。

佛陀，含有自己觉悟、觉悟他人、觉悟一切而无所不知无时不觉的意思，所以，又被称为一切智人或正遍知觉。

佛陀，简译为佛，是在我们这个世界，距今二千五百八十九年（西元前六二三年），生於印度迦毘罗卫城的释迦太子，成道之後，称为释迦牟尼。释迦是族姓，意为能仁，牟尼是印度古代对於圣者通用的尊称，意为寂默。这就是佛教的教主。

但是，从释迦牟尼的言教中，使我们明白，在现有历史的记载中，虽然只

有释迦一人是佛，可是过去久远以前，这个世界曾经有佛出生，未来的久远以後，这个世界仍将有佛出生，现在的十方世界，也有很多的佛存在。

所以，佛教不以为佛陀是独一无二的，佛教承认过去、现在、未来，有著无量无数的佛陀，乃至相信所有的人，所有的有情众生（主要指动物），不论已经信佛与否，将来也都有其成为佛陀的可能，因为佛教相信：佛陀是已经觉悟的众生，众生是尚未觉悟的佛陀。

在境界上，凡圣虽有不同，在本质上，佛 一律平等，所以，佛教不将佛陀当作唯一的神来崇拜，也不承认另一个宇宙的创造神的存在。所以，佛教徒是

无神论者。

（二）佛陀是创世主吗?

不。正信的佛教，没有创世主的观念，佛陀是人间的觉悟者，佛陀虽能觉悟世间的一切原理，但却无能改变世间已有的状态；佛陀虽能化度众生，众生的能否得度，尚须由众生的能否自我努力而决定。

佛陀是最好的良医，能为众生的痛苦诊断处方，服他的药，必定得度，如果不肯服药，佛陀也是爱莫能助；佛陀是最好的向导，能给众生引导出离世间的苦海，听从佛的引导，必定得度，如果不从引导，也是爱莫能助。因此，佛陀不以创世主自居，甚至不希望徒众们

仅对佛陀作形式上的崇拜；能够实践佛的言教，就等於见佛敬佛，否则，虽然觐见了当时的佛陀，也等於没有见佛。

所以，佛陀既不是创世主，也不是主宰神，佛陀只能教导众生离苦得乐的方法，佛陀自己虽已离苦得乐，但却不能代替众生离苦得乐。佛陀是大教育家、人天导师，而不是幻术家及魔术师，他用不著骗人家说「代人赎罪」，他是教我们一切要自己对自己负责——「种瓜得瓜，种豆得豆。」

（三）菩萨怎麼讲?

菩萨，这也是梵文的音译，并且是简译，全译是「菩提萨埵」。它的意思，菩提是觉，萨埵是有情；菩萨，便是觉有情。有情是指有情爱与情性的生物，主要就是指动物。菩萨是觉悟的有情，并且也能觉悟一切众生的痛苦，同情一切众生的痛苦，进而解救一切众生的痛苦。所以，通俗都将乐善好施及扶困济厄的人，称为「菩萨心肠」。

菩萨的本义，和民间的观念大不相同，菩萨是信佛学佛之後发愿自度度人乃至舍己救人的人。所以，泥塑木雕的土地城隍牛鬼蛇神，绝对不能称为菩萨。

菩萨是众生成佛的必经身分，众生要成佛，必须先发大愿心，最主要的有四条，称为四弘誓愿：「众生无边誓愿度，烦恼无尽誓愿断，法门无量誓愿学，佛道无上誓愿成。」可见，要成为一个名副其实的菩萨，并不容易。

不过，从最初的发心发愿，直到成佛为止，都可称为菩萨，所以有凡夫菩萨与贤圣菩萨的不同。通常在佛经中所说的菩萨，都是指的圣位菩萨，依《菩萨璎珞本业经》，菩萨共分五十二阶位，只有十二阶位是圣人，那就是从初地到十地，加上等觉、妙觉。其实，妙觉菩萨就是佛，等觉菩萨是即将成佛的

大菩萨。我们熟悉的观世音、大势至、文殊、普贤、弥勒、地藏等，便是等觉位的大菩萨。

（四）佛教的基本教理是什麽?

佛教的教典之多，乃是众所周知的事，所以到今天为止，尚无法硬性地指定哪一部或哪几部是代表性的佛经，在中国之所以有许多宗派的出现，大体上是由於所宗经论的立场不同而产生。

不过，佛教的教理，有一个基本原则，那也是释迦世尊对於宇宙人生的特别开悟，悟到一个缘生的道理。

所谓缘生，就是因缘所生，也就是由於各种关系的结合而产生各种的现象。比如一篇文章的能够成为文章，能够到达读者的手里，能够使得读者明白一些有关佛教的问题，这中间的关系

（因缘），看来简单，实际则复杂至极；文字的来源及修养，知识的累进及吸收，作者的健康热忱及见解，加上文具的制造及运用，文稿的检字排版及印刷，邮件的寄发及传递，最後还得有读者自己的兴趣、知识及精神，才能完成一篇文章从作者到读者之间的任务。

这种关系（因缘）的举例，尚是粗浅而明显的，若要更进一步的考察，每一个关系的单元上，也都连带著许多的关系，这种关系连带关系的现象，便是因缘。事物的出现，是由於因缘的聚合，事物的消失，是由於因缘的分散，这就叫作缘生缘灭。

正因为宇宙间的万事万物，都是缘

生缘灭的，都是变化无常的，也就证明一切的现象，都是假有的、暂有的、幻有的；从一个水面的泡沫到整个的世界，乃至太空的星球，都是一样，都不是永恒的。既然不是永恒实在的，就证明是一切皆空的，所以佛教称此道理为「缘生性空」。

佛教，一向被人称为空门，原因就在於此。但是，大家对於佛教的空义，又是误解的多。因为佛教的空，是说没有固定不变的事物，这个空，相当於不实在的意思，而不是不存在的意思，多数人以为空了就一切都没有了，其实，佛教是从缘生（关系）的分析上说明空无实体的道理；正像一辆汽车，如以化

学家的眼光去分析，汽车就不实在了，汽车仅是各种元素及关系的结合而已，但从现象来说，当汽车尚未损坏到必须送进大熔炉里重新熔铸的时候，汽车还是汽车。

所以，佛教讲缘生性空，是著重於本质的分析透视，从而警惕我人是生存在幻妄的境界中，不要为了幻妄的名利物欲而变成名利物欲的牺牲，这就叫作看破、叫作放下。看破的是现象的幻境，放下的是名利物欲的贪得无厌，而不是否定了现象的存在，所以佛教徒讲本体是空，但仍不能离开幻有现象而存在，因为若无能力解脱生死，终究是在业力的造作与受报之中，业力也是幻有

的，但却能够牵引生命的升堕而感受苦乐。

在这里，不要忘了：一切现象的幻现幻有，都是由於众生的业力之所感化。因此，若能悟透了缘生性空的道理，便能不受一切幻境的诱逼；不做一切幻境的奴才，而得自由自在，那就是一种解脱生死的工夫。人，一旦不受外在的境界所转，他就可以不造生死之业而能解脱生死或自主於生死了。

这，就是佛教的基本教理。

五、怎样成为一个佛教徒呢?

基督教的新旧各种教派，无不重视洗礼，经过洗礼之後，才算是合格的基督徒。这与印度外道以为在「圣河」中沐浴即可除却罪恶的迷信行为相似。（注）

不过，若要加入正信的佛教，成为佛教的教徒，必须经过「三皈」的仪式，这一仪式的重要 ，也像国王的加冕、总统的就职，以及党员的入党等，是打内心表现出来的一种效忠的宣誓、一种恳切的承诺、一种渴仰的祈求、一种生命的新生、一种虔诚的皈投，所以这在佛教看得极其重要。否则的话，纵

然信佛拜佛，也不是合格的正科生，而是没有注册的旁听生，这对於信仰心理的坚定与否，具有很大的作用。

三皈的仪式，是请一位出家的僧尼作证，并且教授三皈的内容，那就是:

「我某某，尽形寿皈依佛，尽形寿皈依法，尽形寿皈依僧。（念三遍）

我某某，皈依佛竟，宁舍身命，终不皈依天魔外道。

我某某，皈依法竟，宁舍身命，终不皈依外道邪说。

我某某，皈依僧竟，宁舍身命，终不皈依外道邪众。」

三皈的仪式，简单而隆重，主要是使自己一心一意地皈投三宝、依仰三

宝，获取圣洁而坚贞的信心。佛是佛陀，法是佛的言教，僧是弘扬佛法的出家人，从这三大对象的皈依，可以得到现前的身心平安，以及未来的解脱生死乃至成佛之道的无上至宝，所以称为三宝，所以信仰佛教也就称为皈依三宝。

注：《增一阿含经》卷六〈利养品〉：有一婆罗门劝佛至孙陀罗江侧沐浴除罪，佛以不与取、不杀生、不妄语、无增减心等告之洗罪。

（六）佛教是世界性的宗教吗?

是的，因为佛陀不是某一民族的保护神，佛陀是宇宙的正遍知觉者，佛陀是属於宇宙之所共有，佛陀的正遍觉 ，是遍满宇宙的，佛陀的慈悲之光，是遍照一切的。所以，佛教的本质，就是世界性的，乃至是宇宙性的。

因此，二千五百多年以来，佛教已在世界各处，渐渐分布开来。

佛教，在佛陀入灭之後约三、四百年之间，由於佛教内部的意见不同，所以分成两大派系，年长而保守的一派称为上座部，年轻而新进的一派称大众部。後来上座部的，向南传，传至斯里

兰卡，他们多以印度南方的方言巴利语记录经典，所以後来称为巴利语系的佛教，另一派大众部向北传，虽没有直接产生大乘佛教，但大乘佛教的产生，却在大众部盛行的区域。

这是就大致上的区分，其实，从佛教的史迹考察，最先传至南方如锡、缅等地的，倒是梵文的大乘佛教，所以最先由海路传入中国的南方佛教，便是大乘系的。至於向北方传，小乘佛教的势力，更是事实了。

大乘佛教的源头，是在释迦世尊的时代，但在佛灭之後，很少受到比丘僧团的重视和弘扬，这段暗流一直流了四、五百年，才因部派佛教的纷歧复杂

而有大乘佛教起而代兴的时代要求，先後有马鸣、龙树、无著、世亲等的搜集整理与弘扬发挥，才产生了大乘佛教，这是以印度古代雅语梵文记录的，所以称为梵文系佛教。

中国佛教之传入，是在东汉时代，相当於耶稣纪元的初期。

中国的佛教典籍，多是由梵文原本转译成的。中国的佛教，後来虽然盛行大乘，小乘的经论也译得很多，重要的小乘佛典，中国都有译本。

经过魏晋南北朝而至隋唐的阶段，乃是中国佛教的黄金时代，高僧辈出，中印交流也频繁不绝。在那个阶段，中国的佛教开了花也结了果，小乘大乘，

一共开出十三个宗派，渐渐又被融摄为八个大乘宗派，那便是大名鼎鼎的天台宗、华严宗、三论宗、唯识宗、净土宗、律宗、禅宗、密宗。

到了五代以後，由於政治的摧残，以及社会环境的驱使，佛教便离开文化中心，进入山林之间，僧人自耕自食，义理的研究用不著了，所以只有不立文字、教外别传的禅宗，一枝独秀。这在唐宋之间，尚有若干真修实悟的禅师，在简单而朴质的言行之中，感化著许多的人，但也由此而种下了愚昧佛教的远因，以致到宋明以後，佛教的僧徒与寺院虽多，但已没有了灵魂，只是徒有其表的空壳而已！不重教育，只顾依样画

葫芦地上殿过堂盲修瞎参，不唯很少杰出的高僧，一般的僧徒，也多没有知识，自行且不知，哪还能化人？因此，僧人的素质，普遍地低落，再加上儒家的排斥，致使民间对於佛教也就愈来愈不知其所以然了。

清末以来，总算由於杨仁山居士的振作，太虚大师的倡导，以及印光、弘一、虚云等几位大师和欧阳竟无（渐）等的弘化，中国的佛教，已略有了转机，唯因百废待举，举不胜举，故到目前台湾的佛教为止，应革应兴的佛教事业，尚在娃娃学步的阶段。

日本的佛教，是由中国及高丽传去（高丽是由中国传去），那是在西元第

六世纪以後的事，故从本质上说，日本佛教是属於中国型的，但自晚近个把世纪以来，由於接触到了西洋的治学方法，故以新方法研究佛学的成绩，不但超过了中国，甚至已经独步世界佛教的先锋。因为日本的学者，既能利用中国佛学的全部宝藏，又能直接从梵文及巴利文中寻找根本佛教的原义，加上新的治学方法，便产生了辉煌的研究成果。虽然，日本佛教在解脱道的修持方面，已远不及南传各国的清净和理想。

在佛陀入灭之後西元第九、第十世纪之间，印度婆罗门教的势力抬头，佛教受到无情的摧残，佛教徒为了迎合当时的时风，便也采取了婆罗门教（现称

印度教）的梵天观念，融摄混合在大乘佛法之中；那些世俗的迷信、民间的习俗，甚至有关男女的房中术等，也都混进了清净的佛教，这就是神秘化的大乘密教的应运而生，这也就是印度的第三期佛教。但是，佛教的许多优点被印度教吸收而成了他们更加兴旺的营养，佛教吸收了印度教的低级信仰却变成更加腐朽的因素了！

因此，约在西元第十世纪的末叶之後，在印度教及入侵的回教先後双重的摧毁之下，佛教便於印度境内消失了！可是，历史的记载：自从佛教灭亡之後的印度国势，也就江河日下了，印度人民的生活，也就日益困苦了，印度的版

图，再也不能统一了，直到一九五〇年时，才从英国人的统治下争取到了自主的独立；然而，古代的印度，现在已经多出了巴基斯坦及尼泊尔等的国家主权了。

今日在印度境内的佛教徒，虽已得到法律的保障及政府的礼遇，自一九五一年以来，已在显著地迅速增加，但在将近四万万的全人口之中，占的百分比还很可怜，仅从十万八千人增至三百二十五万的佛教徒而已。这是要紧的，因为有人控诉，印度的衰弱是由於信仰佛教的缘故。

西藏的佛教，虽与中国略有关系，但其主要的输入，乃是直接引自印度。

西藏的佛教，虽然同样是大乘，但是仅属於密宗一支，是北印度的莲华生上师传去，当时的西藏，文化落後，信仰多神，神秘而确有灵验的密宗，深受藏人的欢迎，尤其莲华生本人，是一位神迹卓著的高僧。莲华生与於唐代来中国传授密宗的开元三大士——善无畏、金刚智、不空三位大师，同出於龙智菩萨的门下。莲华生在西藏的教团徒众都穿红色衣，所以称为红教，但其到了中国的元末明初时代，红教的喇嘛生活腐败，教纲不振，因此而有宗喀巴大师起来提倡律制的清净生活，注重显教的义理研究，大振宗风，德化全藏，因其穿黄色衣，所以称为黄教。至於蒙古、尼泊尔

等地的密教，都是西藏系的支流。

佛灭度之後的印度佛教，从大势上说，可分为三个时期：第一期是从佛灭後到三、四百年阶段，是上座部佛教，以今日的斯里兰卡等地为代表；第二期是从佛灭後三、四百年到五、六百年阶段，发展了大乘的显教，以今日的中、日等地为代表；第三期是至佛灭後九百或一千年阶段，开出了大乘密教，以今日的西藏为代表。所谓显教，是偏重於义理的研究阐述；所谓密教，是偏重於仪轨的遵行、咒文的持诵，特别信仰神力的加持。

如果换一种方式来说明，那麼，第一期是声闻化的佛教，第二期是菩萨化

的佛教，第三期是天神化的佛教。今日所需要的，应该是开出第四期人间化的佛教。

西洋的佛教，最先是在德国，叔本华的思想，谁都知道，有著浓厚的印度色彩，那是印度教的《奥义书》，以及初期佛教的典籍，作了他开发思想的泉源。目前，法国、英国、比利时、奥国、苏联，以及美国、阿根廷、巴西等都已有了佛教徒的踪迹，但从发展上看，则以德国及美国的佛教最有前途，特别是在美国，南传的、北传的、西藏的佛教都已有了活动，但从欧美两洲佛教文化的内容而言，南传的佛教确已占著优势，那是由於自西元一五〇五年至

一九四七年之间，锡兰先後被葡萄牙、荷兰及英国占领，锡兰的僧侣，竟也因此找到了通往西方传教的桥梁；大乘佛教对於欧美的贡献，多是日本人的功绩。

近世中国在佛教文化的输出方面，则遥远地落在其他国家之後，乃至西藏的喇嘛，也比中国内地的佛教跑快了几步。

（本文现存录於《正信的佛教》）

二、原始佛教

（一）原始佛教的定义

对於佛教思想史的分期法，近代的学者之间，有著各种不同的看法。不过，一般来说，可以分作两大类：佛陀时代的称为基础的佛教，佛陀以後的称为发展的佛教。基础的佛教，可以称为原始的；发展的佛教，则又分为第一期——小乘部派佛教，及第二期——大乘宗派佛教。小乘的思想，著重出家僧团在注解释义方面的努力。大乘的思想，则重於佛陀本怀在精神理想方面的发挥。但此二者的渊源，均不出乎原始佛教思想的延伸。

我们研究佛教，若不追本溯源，理

解原始佛教，而只是光看小乘的部派佛教及大乘的宗派佛教，往往就会误解佛教。乃至使你面对著三藏圣典，亦难免感到莫衷所以而难以决断和取舍。这就是因为发展的佛教之中，均已多多少少加入了历代古人的思想，以及各个时代环境中的特殊成分。因此唯有研究了原始佛教，才能真正了解佛教的根本精神。

（二）佛陀及其教团

1.出家以前的菩萨

我们现在所讲的佛陀，就是距今二千五、六百年前生於印度的释迦牟尼。佛陀是由行了菩萨道而完成的。尚未成佛的佛，通常称为菩萨，此处是指释迦佛的最後身菩萨。

出家之前的菩萨，乃是一般人格（凡夫）的榜样。身为太子享尽人间一切富贵尊荣，这是人间福报的模范；自幼好学深思、博闻广识，文艺武功的造诣为当时之极致，这是人间智者的模范；事父母以孝敬，蓄妻生子一如常人，这是人间伦理的榜样。由此可见，

成佛的基础，先要具备一般人格的条件。

2.由苦行至成佛

这一阶段的释尊，是从一般宗教的信仰和实践，而转为独创思想的过程。他由二十九岁出家，苦行六年，至三十五岁成道。最初修学印度神教的法门，信仰梵天，修禅定，习苦行，由信起修，修禅定而达到最高禅境的非想非非想处定。继之，修苦行（持外道戒）六年，日食一麻，以维生命，形销骨立，而不退心。这确是一般宗教徒的最佳榜样了。修禅定，乃是印度传统的宗教行持法；修苦行（戒），则为印度当时反传统的新兴宗教行持法。释尊的学

习过程是沿著历史的轨迹，进入新的天地。最後，他却体认到了，光靠定和戒的方法，不能真的达到解脱的目的，於是主张以智慧的观照，来冲破生死苦海的藩篱；戒、定、慧三学具足，才是求取解脱的唯一法门。

低级的宗教，止於盲目的信仰；高级的宗教，则在信仰之後，必进而修行。释尊是由一般的高级宗教之中信行而来，并非否定了一般的宗教而独创佛教，乃是透过一般宗教的信仰和实践而另设佛教。佛教的尊贵和崇高，即在於此。既能肯定一般宗教的价值，又须以智慧的抉择，对之做理性的考察。不像一般的宗教，仅鼓舞人们去服从「神」

的「权威」，而不许用历史的方法及科学的角度，对他们的「神」做理性的考察。

因此，一般宗教的实践，止於戒和定；佛教的实践，则於戒定之上，增加智慧。所以，释尊是一般宗教徒的最佳榜样，他是超越了一般宗教而始创了佛教。

3.佛陀的一生

佛陀成道之後，直到八十岁时进入涅盘，他是作为一个佛教徒的最佳榜样。福慧两足，悲智双运。空我执而断除一切的烦恼——自求解脱；空法执而广度一切的众生——使人解脱。佛是由於行了菩萨道的自度度人而来。成佛之後的释尊，虽已功圆果满，但仍不放弃

任何一个说法度人的机会。他以深邃的智慧，配合和平中道的态度，发挥利益众生的精神。他没有作为领袖的希望，由弟子们自然形成的僧团，却在无形中以佛陀作为最高的中心；他不主张以神异怪诞之术作为弘化的手段，佛的神通境界也非任何一人所能企及；他从来不会以权威者自居，佛的言行却为千年万世之所仰止。

在佛的一生之中，并非没有不如意事，但他总是以慈祥温和的态度，处之泰然。他的悲心愿力之伟大坚强，却又不是任何一位宗教家所能比拟，和平中正而刚毅不屈。成了佛的释尊，绝不是以此而想求得什麼，乃是以身示范，作

为弟子们的榜样而已！人若能与释尊一样之时，他也必已成佛了。

4.佛陀的教团

释尊成佛之後，席不暇暖地游化於恒河南北的两岸。游化度众的结果，由於弟子们的追随和聚居，佛教的教团便自然形成。教团分子，分为七等，称为七众：

(1)比丘：出家已受具足戒的男性弟子。

(2)比丘尼：出家已受具足戒的女性弟子。

(3)式叉摩尼：由沙弥尼进入比丘尼阶段中的女性出家弟子。

(4)沙弥：出家但尚未受具足戒的男性弟子。

(5)沙弥尼：出家但尚未受具足戒的女弟子。

(6)优婆塞：在家的男性弟子。

(7)优婆夷：在家的女性弟子。

以上七众，总名之为僧团。他们是以所受戒法的多少而分等次。故在原则上虽然七众均属於僧的范围，真正负起住持佛法及领导僧团之责任的，则以出家僧为主，尤其是以比丘及比丘尼僧为主体。

（三）原始佛教的教团生活

这可以分作三方面来讲:

1.民主的僧伽制度

此所谓僧伽，就是教团，就是僧的音译的全音。从佛陀的教团之中，最能看出佛陀是主张民主制度的一位先驱。现举四点如下:

(1)律仪是由於大众的要求而制

佛成道後的第一年，就度了好多弟子出家。在最初五年，没有制定戒律的条文。舍利弗尊者请佛预先制定戒律，释尊却回说:「舍利弗，我此众中，未有未曾有（的恶）法;我此众中，最小者得须陀洹（小乘初果）。诸佛如来，不以未有漏（的恶）法而为弟子结戒。」（《五分律》卷一）这是说，佛陀不愿小视他的弟子们，弟子们尚未做出违背佛法的行为之前，他如预先制戒，那就像给尚未犯罪的人，预先加上枷锁一样了。这与神教的信仰者，一开始就由神给他们颁下神约或诫命的精神相比，实在不可同日而语。

佛陀成道後第五年，最初有弟子行了恶法，佛在大众的要求之下，便开始为僧团制戒。纵然如此，佛所制的戒律，也非一成不变的。若由於实际的需要，在大众僧的要求议定之下，仍可请求修正，而且可以再三再四的修正。例如比丘戒中的「若比丘与女人说法过

五六语，除有智男子，波逸提」这条戒，前後一共修正了十一次之多。

若以现代民主政治的术语来说，这就是人民「大众」有创制（立法）的权利，也有复决的权利。宪法是由全民的意见所制定，行使之时，则由总统公布之。戒律是由僧意而制，佛陀不过是顺从僧意而将之公布实行。可见佛教的民主制度，早在二千五、六百年之前，已在印度实行了。

(2)僧事诉之於僧断

此所谓僧事僧断，就是僧团大众之中所发生的事，应由僧团大众采用会议方式来处理。会议的总名，叫作羯磨。羯磨的种类，共分单白、白二、白四三

大类，计一百零一种。所谓单白，是处理常行惯行而应行的事，只要向大众宣告一遍即可。白二是宣告一遍之後，再说一遍以徵求大众的同意。白四是在宣告一遍之後，再做三番宣读，每读一遍，均作一次徵求同意。若大众之中无异议，即算一致通过，若有一人提出合理的异议，便不能成立，这是采用一致通过的民主议程。

因此，羯磨之在佛法中的地位，相当於「民权初步」之在　国父遗教中的地位，它是一种会议程序的规定。凡是不尊重会议决定的团体，不会是民主精神的团体；佛教则以为，凡是不注重羯磨的僧团，一定不是清净和乐的僧团。

(3)僧权的取舍及其资格

佛教的僧团是民主的，但是在民主的精神下，必有资格的限定，权利的享受及义务的遵守，均有分际。要作为一个民主制度下的公民，他首先要具备行使民主权利的基本条件：年龄太小、智力太低，或者违犯了国法的人，便不能行使民权。因此，沙弥不能参加比丘的羯磨，比丘戒腊在五夏以上始可作为人师，比丘戒腊在十夏以上始可度沙弥出家。若不自知佛法和戒律的持犯者，虽夏比丘，也无行使僧权的资格。若自己严重地违犯了戒法，应即接受大众的制裁而放弃一切僧权，直到受制裁的时限届满，再行恢复僧权。也有极严重者，

褫夺僧权以至终身的，那叫作「与学波罗夷」。

僧中执事的选举与罢免，就是根据这种僧权资格的标准，而决定取舍。

(4)平等的僧权及僧阶的建立

民主的社会，必然要以平等的权益作为民主建设的基础。所谓平等，是基於同等的地位、同等的人格、同等的机会而建立各人的事功，这是立足点的平等。人人都有同等的地位、人格和机会，但由於个人天赋资质及後天勤惰之不同，以及进身的先後和对环境抉择与适应之不同，人与人之间，即产生了社会地位的尊卑，伦理辈分的长幼，因缘际遇的悬殊。所以，健全的民主社会，

并不是要把全部的阶级一律铲平。

在佛教的僧团中，长幼有序，尊卑有次，条理井然。以全体佛弟子来说，所受的戒别愈高，地位便愈高。以同一种戒别来说，受戒的时间愈早，地位便愈尊，乃至先後相差日光移动的一根针影。但是，佛教的戒律，不是机械性的，是有伸缩性的。

位尊者称为上座，《阿毘达磨集异门足论》卷四，将上座分有三种：1.戒长的生年上座，2.世俗的福德上座，3.道高的法性上座。此三种上座，均受尊敬，但以生年上座及法性上座为准。如果戒腊虽长而无智愚钝，则应尊敬法性上座。所以律中规定，如果戒年浅者，

有德多智，戒年高者，愚钝无智，应以无智者亲近有德者，除了不礼其足，一切当如弟子事师。

2.自由的僧伽教育

我曾在《正信的佛教》最後一节中说过：「在根本佛教的教团社会，乃是彻底的无政府主义，并没有主从及隶属的分限。大家在佛法的原则之下，人人平等，在佛法的范围之内，人人自主（自由作主）。所以，纵然是创立佛教的释迦世尊，到了将入涅盘时，还对阿难尊者说：『如来不言，我持於众，我摄於众。』（《长阿含经·游行经之一》）」这是充分地表明了佛教是自由思想及自由生活的实行者。现在列举五

点如下：

(1)有僧团的实质而无固定的建制

出家的弟子们，最初并无寺院可居，他们如闲云野鹤，日中一食，树下一宿，托鉢化千家饭，身披粪扫百衲衣。他们追随佛陀，周游弘化，或者离佛独行，各化一方。佛陀绝不像後代寺院的住持们，要为大众的衣食张罗。但是，他们每到一处，纵然临时息脚，也要为他们自己划定一个范围，称为结界。凡在这个范围内的出家人，便自然地成为一个僧团，要一同诵戒，一同举行羯磨（会议）。任何人要离开甲地去乙地时，均可自由作主。到了後来，虽有了僧舍的建立以及寺院的出现，但仍

流行著这样的一句话：「千年的常住，云水的僧」。寺院永属十方的，僧人可以自由自在地来往於十方的寺院之间，这实在是自由生活的最可爱处了。

(2)佛的弟子可以各随其意而各修其法

佛是究竟圆满了的完人，但他对於弟子们的修学指导，绝不做硬性的规定，只要在原则上不违背佛法，弟子们要如何，尽可以照著他们自己的性格和兴趣而修行。不像耶稣对於门徒的选择时，要人人都得学他自己的模样去做（请参阅拙著《基督教之研究》第四章第二节）。

因此，我们通常知道，佛的十大弟子，各有一门专长。又在《杂阿含经》

卷一六中，举出了佛的十三位大弟子，他们各有一种第一的特殊性格，也各有他们共同修学的伴侣。

(3)随时毘尼与随方毘尼

毘尼就是律制。律制的性质和现代各国的法律相同。法律乃为各个国家民族之风俗与习惯的延伸。佛教的戒律条文之中，有的根本不适於在印度以外的地区来实行，这就是它有地方性的色彩。有些规定，根本是由於随顺当时民间乃至外道的习俗而制。後世的律师们，为了尊古崇佛，所以不敢改 。其实，佛在《五分律》卷二二中已经明白地告诉了我们：「虽是我所制，而於馀方不以为清净者，皆不应用；虽非我所

制，而於馀方必应行者，皆不得不行。」这叫作随方毘尼。根据随方而变的原则，自亦可以随著时代的不同而作适应 的求变，仍为佛所许可。

(4)佛法不一定须由佛说

佛法的法性，本来如此，永远公开，不是由佛出世而重新创造。佛法是宇宙人生的原理，证此原理者，便能解脱。若能将其所证的宇宙人生的原理说出来，就是佛法。若其所证的程度与释尊相同，他便是佛。所以，佛与佛子的差别，不过是对这原理所解（证悟）的程度不同，而不是本质的不同。证得一分原理，便是理解一分佛法。因此，凡是真修实学而有了心得的佛子，均可将

自己的心得，提出向大众报告，那也即是说的佛法。故在佛经中宣称，佛法系由五种人所说：1.佛陀，2.佛的弟子们，3.天仙，4.神鬼，5.变化的人。佛陀常劝弟子们代佛说法。佛也曾说：「已说之法如爪上尘，未说之法如大地土。」这是说明了佛陀不是思想的专断者，思想乃为众生的公器，岂能君临一切，只许自己发明而不准他人发明呢!

(5)依法不依人

由於主张佛法不一定须由佛说，进一步就建立一个观念——不得以人废言。恶人说了好话，恶人虽不可取，他所说的好话，仍应受到重视。同时也要废除思想上的偶像崇拜，佛陀所说的正

法，固然要信受奉行，如果有人假托佛陀之名而说的邪法，我们却不能因了佛陀的名而接受它。再者，佛陀主张弟子们应当依他所说的法去实行，便得解脱；如果仅仅以亲近瞻礼佛陀的身相，那是无大用处的。故在《四十二章经》中说：「弟子去，离吾数千里，忆念吾戒（法），必得道；在吾左侧，意在邪，终不得道。」

3.积极的伦理实践

此所谓伦理，就是道德律。一般人误认佛教是逃世和遁世的，少数的人信仰佛教之後，的确也有这样的趋势，所谓看破了、放下了，一了百了、逃之夭夭！这实在是受了中国老庄思想的影响

而变成的「逃禅」，绝对不是原始佛教的精神。因为佛陀成道之後，并没有逃避现实的人间。佛陀当时的罗汉弟子们，多半也是以人间游化为主要工作的大宗教家。现举佛教的报恩思想为例而说明如下：

佛教是报恩主义的宗教：上求佛道，下化众生，中於人间相处。他们的态度，都是在报恩思想的范围内进行。佛教徒的恩人有四大类：

(1)三宝恩

由於僧宝的接引开启而知信佛学佛；由於法宝的信受奉行而有解脱乃至成佛的可能；由於佛宝的慈悲将他经历了三大阿僧只劫以来而悟得的法宝宣说

出来，我们才有成佛的方法可信可学。所以三宝对我们有无上的恩德。

(2)父母恩

母有怀胎生育之苦，父有扶养教育之劳。我们自从呱呱坠地，而至长大成人，不知要花费父母的多少心血。最低限度，我们之有这个身体，是来自父母的遗传。平常人送我们一些身外之物，我们也要感恩图报，何况父母是送了我们一个身体呢？平常人救助我们於命危之际，也觉得是恩同再造的父母，那麼，真正的生身父母，该有多大的恩德了？

因此，佛在《五分律》卷二〇中要说：「若人百年之中，右肩担父，左肩

担母，於上大小便利，并以极世珍奇，衣食供养，犹不能报须臾之恩。」《增一阿含经》卷一一则说，吾人供养父母的程度，应当准同供养一生补处的大菩萨。通常说是各人的堂前就有两尊活菩萨，一尊是父亲，一尊是母亲。出家人似乎不要父母的了；其实，佛陀规定，若父母同意你出家而无人供养其生活者，你也必得尽心尽寿供养父母。

(3)国家恩

由於国家的国防设施，我们可以不受外强的侵扰；由於国家的法律保障，我们可以不受盗贼及恶人的损害；由於国家的政治制度，我们可以同舟共济而国泰民安。所以我们要爱护国家，报效

国家。

(4)众生恩

我们生存於天地之间，不能无助，「一粥一饭，当思来处不易；半丝半缕，恒念物力惟艰。」来处为何不易？物力为何困难？要知道，我们吃一粒米时，或穿一件衣时，其中包括了多少人的智力和劳力。从物种的发明利用、改良培植，到播种、耕耘、施肥、收获、搬运、加工，而到成为粥饭，成为衣服，其间所用的器具、方法、人工，也各各有其一部漫长的文化史。

可见，当我们得到一粥一饭与半丝半缕的时候，该是承受了多少人的智力和劳力所赐予的大恩大德了。因而，我

们将自己贡献给社会的大众，为的是要报恩而非施恩。这还是仅就人类而言，若透过三世因果及六道轮回的关系来看，一切的异类众生，亦无一不是自己的恩人。所以，菩萨广度众生，是怀著报恩的心情，绝对不敢反以作为众生的恩人自居。所以，众生以菩萨为福田，菩萨则以众生为福田。

（四）原始佛教的教理思想

原始佛教，讲民主，讲自由，讲适应环境，但它万变不得离其本，那就是由佛陀在菩提树下亲证实悟的四圣谛。四圣谛是说明人生生死的原理，以及如何脱离生死的方法。现在逐层介绍如下：

1.什麽叫作四圣谛？

四种由大圣佛陀所开示的真实不易之理，便称四圣谛。要想超凡入圣者，必须明此四种真理并且如此修行，所以叫作四圣谛。这四种真理的大意是这样的：

(1)苦谛

生命的现象是苦的果报。一切众生之有生死之苦、病痛的苦、衰老的苦、恩爱离别的苦、怨家见面的苦、欲求不得的苦、种种由於生理和心理互相冲突的苦。整个生命，无非是一大苦恼之海。虽在人的感受之中，并非完全没有愉快欢乐的时日，例如：久旱逢甘霖，他乡遇故知，洞房花烛夜，金榜题名时，乃被古人称为人生的四大赏心乐事。但是从其结果上说，仍旧是苦。佛陀将如上一切现行的苦，叫作苦苦。喜爱的事物，忧虑它们将会损坏消失的感受，叫作坏苦。一切可喜可乐的事物，当其正在出现之际，实则已在转变消失

之中，这叫作行苦。世事无常，哪有永恒的欢乐？没有不散的筵席，亦无不凋的鲜花。乐事如梦，曲终人散，末了，必以苦的心情向这世间挥手告别。若不解脱，死後又生，生了再死，永无了期！苦由何来？这就要讲到集谛。

(2)集谛

是指苦的原因。众生从无始以来，由於愚痴烦恼而造作种种的善业及恶业。善业的果报，生於人间及天上；恶业的果报，生於地狱、鬼趣、傍类众生。因为恶多善少，所以生於人及天上的机会较少。纵然生到天上，寿命仍有极限，仍不能够出离生死的苦海。同时，一边接受苦的报应，正在接受苦报

之时，一边又造下了新的生死之业。所以，造业而受报，受报而造业，周而复始，永无了期。受报是苦谛，造业便是集谛。如何不再造业？那是灭谛的境界了。

(3)灭谛

灭除了愚痴的根源，灭除了烦恼的根源，证入了无我的境界，不起人我之见，不著善恶之相，不介是非之争，寂寂默默，清清净净，不生不死，无罣无碍，那是灭谛。如何亲自证实这个灭谛的境界？那是要靠道谛的工夫了。

(4)道谛

由修行而证悟寂灭（涅盘）之道的方法，称为道谛。也就是断「集」、离

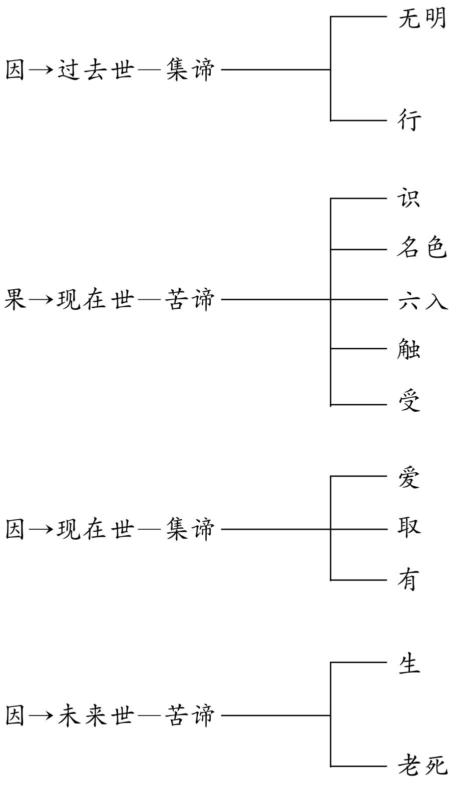
「苦」、入「灭」的修行法门。主要有八大项目，称为八正道，此到下面再讲。

现在我们要把四圣谛的内容，换一个角度来介绍它，那就是十二因缘、三法印、八正道。十二因缘是解释苦集二谛的，三法印是解释灭谛的，八正道是解释道谛的。

2.十二因缘是什麼？

这是说明人生命之生死循环的原理，共有十二个阶段。由於无始以来的无明愚痴，而引导我们造作种种的善恶行为；由行为的馀势（业力）而积聚成为生命之流的主体，叫作识；由识而感受生命的身心现象，叫作名色；名色住

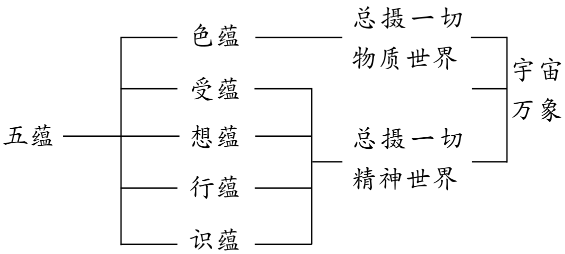
胎而渐生起眼、耳、鼻、舌、身、意的身心状态，叫作六入；由六入的出胎而接触到外在的事物；由与外在事物的接触而有苦乐忧喜舍的感受；由感受的分别作用而有瞠爱之心生起，瞠爱之心表现於外，便是取舍求拒的种种善恶行为；由於这种种善恶行为，便又有了必将接受未来果报的业因；既有了今生的业因，当受来生的生命；既有了来生的生，又必有来生的老与死。这是生命之流三世回环的因果定律：造业因的集，受果报的苦，再由苦而集，由集而苦，生生不已，也死死不已！现在为便於增加印象起见，再将十二因缘配合苦集二谛的三世因果关系，列表如下：



3.三法印是什麼？

这是说明宇宙人生之现象及本体的三条定律。在没有介绍这三条定律之前，先要介绍五蕴法。所谓五蕴，就是包摄一切现象的五大要素。这五大要素总摄一切现象而来说明物质世界及精神世界。

因此，五蕴法应分作两大类，列表如下：



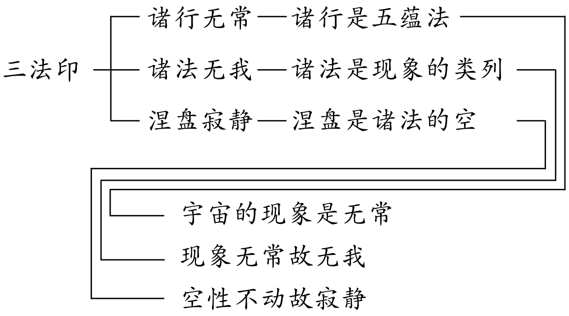
以五类名目包罗宇宙万象，称为五蕴。可见这个蕴字是当作类别或聚集之义来解释的。

在这里，要讲到佛陀圣教的最伟大处，那就是悟透一切现象的生住异灭，均系因缘促成。因缘聚合则生，因缘分散即灭。比如我们今天的讲座，本来是没有的，由於台北佛教界为了响应复兴中国固有文化的号召，所以筹备成立，又因为善导寺提供了弥陀殿作为讲座的场所，又在《中央日报》登了广告，并在市内各处贴了海报；又由於我圣严略通一点佛学常识，所以被邀请来和各位见面。最要紧的，如果各位之中，谁也没有听我演讲的兴趣，这个讲座还是讲

不起来。可见，仅仅这个讲座，就要仰仗许多的因缘。以此类推，一切现象，无非因缘的聚散而已。

神教徒说宇宙现象是由神造的，佛陀就之观察的结果，便将神造之说彻底否定，而倡因缘生灭的道理。神造之说，是基於信仰的武断，因缘生灭，乃本於理性的考察。因为，由於因缘所生的一切现象，不可能是永恒不变的。古代人相信「天长地久」之说，实则以近代地质学及天文学的观点，天体永远都在变动之中，地球也在逐渐衰老之中。一切现象既非永恒，一切现象所产生的任何价值，当然也不可能属於任何人得而永恒占有。

如果看破了万象非永恒，也认明了万象的价值之中不可能有个永恒实在的我，实证了这个无常与无我的道理，当下便可进入涅盘的境域了。无常、无我、涅盘，这便是三法印。为便於了解起见，再将三法印列表说明如下：



这是一切法的准则或原理。所谓佛法，无非是从这准则的基础上开发出

来，所以，凡是合乎这个准则的思想，不论出於何人的发明，均可称为佛法。以这三句话来印证一切的思想，只要不违背这三句话的准则，即是佛法。这是佛法与非佛法的度量衡，所以称为三个佛法的印鉴。

亲证三法印，便入解脱门的寂灭道。所以，三法印即是用作四圣谛的说明者。

4.八正道是什麼？

八正道又称八圣道。即是修持解脱圣道的八种正确的方法，这也就是四圣谛中道谛的内容。但这八种圣道，有其演进的轨迹，现在分述如下：

(1)由五戒而成十善

所谓五戒，便是1.不杀生，2.不偷盗，3.不邪淫，4.不妄语，5.不饮酒。这五戒的前四条，乃为一切人类的基本德目。印度原来的婆罗门教，以及稍前於佛陀的耆那教，乃至其他如犹太教与基督教，都有类似的规定。

佛教是主张智慧，并重视理性的宗教，故以为若要做一个有道德的人，应当於前四条之後加一条不饮酒。不饮酒的确可有防止破犯前四条戒的功用，这是前四戒的防腐剂。

由五戒之前四条的伸张，发展为十善，即是将妄语一戒之内分列出为妄言、绮语、两舌、恶口。更发现犯戒的

因，是由於心念中的贪欲、瞋恚、愚痴的主使，合上杀、盗、邪淫，正好成为十种恶业。对治十恶的方法，便是反过来修行十种善业。

(2)由十善会成三业

十种善业的表达，是由於身体、口舌、意念而形成，所以称为三业，可以列表如下：

三业		十善业
身	不杀生、不偷盗、不邪淫	
口	不妄言、不绮语 不两舌、不恶口	
意	不贪欲、不瞋恚、不愚痴	

(3)由三业出八正道

从性质上说，十善业尚只是消极的不作恶，到了八正道，才是积极的行

善。所以，行十善，仅是修的人间及天上的福业，尚非解脱道。修八正道才是了生脱死的正因。八正道是由身口意三业的积极化，说明如下：

①正见——此为正确的知见，乃以三法印为指导。

②正思惟——对正见作深入的思考。

③正语——用口业来实践正见所指导的修行方法。

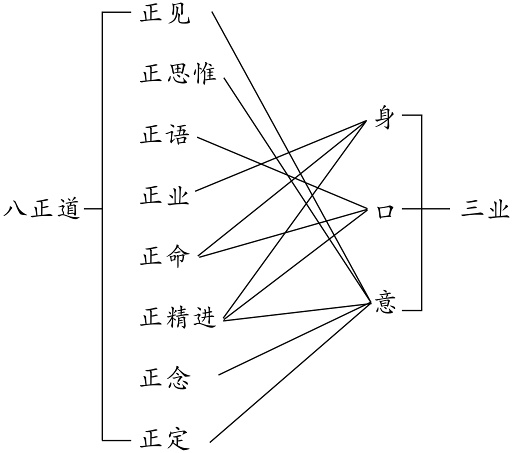
④正业——用身业来实践正见所指导的修行方法。

⑤正命——用正当的谋生方法赚取生活的所需。

⑥正精进——策励三业，日新又新，至於清净。

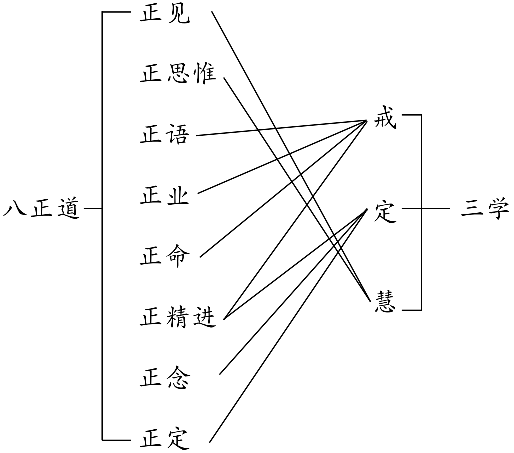
⑦正念——系念於圣道的实践，心不旁骛，意不散乱。

⑧正定——心力集中，不动不摇，不受五蕴的诱惑束缚，便可出离生死，而入涅盘。



(4)由八正道会成三学

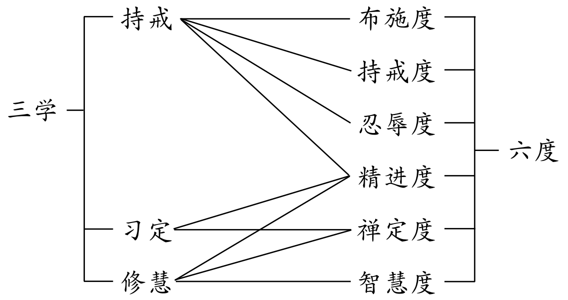
此所谓三学，又称三无漏学，就是前面所曾讲过的戒、定、慧。出生死者，必修八正道，修八正道实又不出戒定慧，它们的会合关系，可如下表：



(5)由三学而出六度

六度在梵文称为六种波罗蜜多，即是六种将自己和他人由生死的此岸，度到出生死的彼岸之方法。在五戒十善，是消极的不作恶；在八正道的戒定慧，是积极的修持解脱道；到了由三学而出六度之时，便是修的自他兼济的菩萨行了。例如仅修八正道的人，不做布施，不会有罪。修六度行的，若不布施就算犯戒了。布施分有财物布施、说法布施、以精神的安慰及鼓励（无畏）来布施的三种。有财的出财、有力的出力（智力与劳力），无财无力的，尚必有你的同情心、赞叹心、欢喜心可做布施。这是菩萨以利人为第一要务的原动力。

现在将三学开出六度的配属关系，列表如下：



一般人以为六度法门是属於大乘佛教的，其实在原始佛教时代已有六度，例如被传统的中国佛教徒贬称为小教或

藏教的《增一阿含经》卷一九，就明白地载有六度法门。同时，大乘佛教的化世精神，也系由六度而继续开展出来的。

六度的涵义极其深广，由於时间关系，今天在此已不能和各位详细研究了。如有机会，再和各位研究两个重要的项目，那便是：由原始佛教到小乘佛教，由小乘佛教到大乘佛教，其间先後次第的发展，均有脉络可循。例如由原始佛教因缘生法的基础，後来即成熟为龙树中观系的性空大乘；由原始佛教五蕴分析的基础，後来即成熟为无著瑜伽系的唯识大乘。

谢谢各位的光临指教，连续耽误了

各位三个晚上宝贵的时间。这几天的台北市，阴雨连绵，各位能够风雨无阻地每晚必到，使本人非常感激；尤其今天晚上，因为准备资料较多，我又未能把握住时间，以致多讲了半个小时，各位仍能毫无倦容地听完为止，太使我感动了。

以我的学养而言，实在不够也不敢来向各位演讲，所以，我是抱著向各位请教并求各位印证的心情而来。最使我安心的，我在大陆时代的两位老师也都在座，那就是白圣老法师及南亭老法师，如果我讲错了，他们两位老人家会给我开示和纠正的。

最後，谢谢本讲座的主持人道安老

法师给我的赞誉和慰勉，谢谢各位，祝福各位晚安。

（一九六七年四月二十三日至二十五日，讲於台北佛教界「佛教文化讲座」第五次，本文现收录於《学佛知津》）

三、怎样修持解脱道？

（一）什麼叫作解脱?

解脱的意义，可以很广，也可以很狭；可以高，也可以低。从基本的定义上说，所谓解脱，就是解放了束缚和脱离了束缚。有了束缚，便不自由；解脱了束缚，便是自由。因此，解脱的定义，也可以说就是自由的定义。

但是，自由是有范围的，人在不妨碍他人的自由之下，由於法律的保障，可以得到若干的自由，所以自由不等於放纵，自由也有其限度。

要求自由的倾向，实在就是主观状态对於客观状态的一种反抗，这种反抗的动力，几乎也就是生命的本能。包括

动物与植物在内，如果失去了这种反抗的本能，必将不能生存。

比如草木的生长，它们反抗了地球的引力之後，才能从地面向空中发展，这种自求发展的动力，就是要求自由的一种反抗。

动物园的禽兽，更不用说，绝不是牠们的自愿；野生的动物乃至昆虫，牠们都有一种自求生活的本能，也必有一种抵抗环境的自卫能力；纵然是家畜，也没有不为牠们的生存而奋斗的。

人类，对於自由的要求，比异类的动物，更加强烈，更加深刻。虽然，由於文化及教育，在要求自由方面的表现，没有动物那样地露骨。但是，动物的层级

越高，对自由的要求也越大，人类的文化越高，对於自由的要求也越复杂。

生物界的自由，仅在求得生存而已；动物界的自由，也仅在求得满足简单的饮食欲及生殖欲而已；人类的原人，大概又比高等动物的要求略胜一筹。人，总是人，不会没有肉体生活以外的精神生活，所以渐渐地向文明的时代进步。

一个文明人的自由倾向，是基於肉体的生存欲（饮食），进展到肉体的延续欲（生殖），再发展到精神的安定欲（神明的保护），最後便必然地要发展到精神的不朽欲。所谓精神的不朽，是用来弥补肉体必死的遗憾。一个文明人，他会喊出

「不自由毋宁死」的呼声，那就是指的肉体（生存）的自由及精神（思想）的自由，但却未必包括了精神不朽的自由。能够精神不朽，他已不是一般的人，但这项要求，却是人人该有的，否则，他的人生是盲目的、昏沉的、没有自觉的、没有理想的，也是没有信心的。

当然，要求精神不朽，未必就是要求宗教的信仰，比如许多无宗教乃至反宗教的学者，他们不信神、不信上帝、也不信天国、更不信死後尚有所谓灵魂这样的东西，他们只以为造福了人类，他们的精神便会永远地活在人类的历史上，永远地融入於整个的宇宙间了，他们称这种作法为将小我化入大我。其

实，他们是从混沌中来，又进入混沌中去。不过这些思想的要求精神不朽，要求个人冲破现实的时空，要求得到更大更久的自由价值，那是无可否认的。所以，如把尺度放宽，这些也是属於宗教信仰的一型。

最能普遍适应於人类的自由倾向，便是所谓灵魂不灭的要求（佛教不以为有固定的灵魂，众生的生死，纯由於业的聚散与牵引，这个问题请参阅拙著《正信的佛教》第二十三节〈佛教相信灵魂的实在吗？〉），在这当下一生的死亡之後，仍有一个我的存在，肉体虽然腐烂了，灵魂还是存在。这在神教徒说，灵魂可以奉上帝的恩召而进入上帝

的天国，享受永生的快乐。在佛教来说，肉体虽然死亡了，善恶的业种却不会消失，它将带著我们去接受另一阶段的生死过程。

因此，不论神教的升天也好，佛教的善恶生死轮回也好，都是由於人类要求精神不朽而得到有力的注脚，这也是解脱思想的必然途径。但依据佛教来说，凡有一个「我」的存在，不论小我、大我，不论上天、下地，他的自由范围总是有限制的，所以也不得称为究竟的解脱。佛教的解脱道，目的是在解脱这一个「我」的观念，而能得到绝对的自在。

（二）佛教的解脱思想

上面说过了，解脱就是自由，自由的境界是有广狭不等、高低不同的。不过，凡有等次的自由，凡有差别的自由，都不是绝对的自由，都不是究竟的解脱，也都不是佛教所说的解脱。

那麽，佛教的解脱思想是怎样的呢?

当然，佛教的解脱思想，不会离开等次差别的自由，乃是包含了等次差别的自由，再冲破等次差别的自由，那就是绝对的大解放、绝对的大自由，那就是无我。

无我的思想，除了佛教，也有人

用，但他们所说的无我，仍然不会脱离「我」的观念，仍然有一个希望「不朽」的观念，那些忠臣义士，那些贞烈的妇女，那种慷慨牺牲的精神，确是忘记了私我的，但他们不会对其主观的行为与客观的影响都忘了、空了的。所以从深处考察，这不是无我，而是我的扩大肯定。

因此也有人说，佛教虽讲无我，但那个无我的状态，实在是最强烈的「我」字，比如修善才可以不堕恶道，固然是为了我在打算；至於解脱，也是为了我的解脱；即使行菩萨道，也是为了我想成佛，成佛之後，并没有一空百空，成佛之後的诸佛，仍有诸佛的国

土、诸佛的法身、报身、化身。因此证明佛教讲无我，乃是我的观念的强烈化。

事实上，这是似是而非的论调。佛教的无我，绝不如世俗一般所说的无我，虽在佛教中的某些思想，由於混杂了印度教的梵天思想，而带有真我的色彩，佛教的根本思想，却是绝对无我的。佛教讲的空性是一门高深的哲学，从空性的立足点上，不会找到半点我的色彩。单从菩萨道的观念来说，讲求三轮体空——对於作者、受者、所作所受的事物，不存一丝功德的心念。因为行善救生乃是菩萨的本分，做不到的人便不是菩萨，既是菩萨就要如此，如果存

有一个我是行菩萨道的观念，他就不是真正的菩萨。

诚然，佛教的基础并不会脱离人间，所以佛教的无我是从人间的有我而升华的。因为一般的人，根本不敢想像无我的境界，如果真把解脱的境界一下子告诉他们，那将吓退他们的。「我」在众生的心目中，可谓根深柢固，突然说出「无我」，他们就有无从著落的感觉。所以佛教在诱导世俗的方法上，还是讲有我的。

比如说善恶因果的观念，是佛教最重视的教训，既说善恶因果，就有我的观念，但这教训的作用，是为无我的境界开路：造恶都是为了自私，所以除恶

之外，要先从善业的作为上著手，善业做多了，利他的行为多了，私利的心理就会渐渐地减弱；等到放弃了私利的心理，岂不就是无我？要是仅仅放弃了恶业恶果的我，而仍抱住善业善果的我，这是变相的自私，这是在做投资生意，只能换取来生的人天福报，而不是佛法的本意，也不能够解脱。

大家说小乘的圣人是自利的，这话不错，但是小乘的圣者却是无我的，如果存有一念我的利益，他就不能证得阿罗汉果。如果有我，就有烦恼，有烦恼，就要造生死业，造了生死业，便在生死中轮回而不得解脱。小乘罗汉的解脱，本质上与大乘七地（亦说八地）菩

萨的解脱一样，乃至与佛的解脱也是一样的。可是，那种无馀涅盘的解脱境界被称为寂灭，甚至被大乘佛教斥为灰身泯智，因为那是一种空寂的状态，固然没有物质的，也不能说是仍有精神的，那就叫作空 ，不是有，但也不是没有，那就叫作无我的安乐境界。

事实上，小乘的无我，只是「人」无我，而还没有进入「法」无我的境界。也就是说，小乘圣者能够依照佛法修行，并且彻底放下了人我爱憎对立的界限，也放下了物我取舍对立的界限，所以能从世间上得到绝对的解脱，断除放弃了世间相的执取，但还以为一切法的本身是实有的，所以一旦进入无馀涅

盘的解脱境界，他们就不再出来了。至於大乘的解脱，是连同世间的佛法也要放下来的，把世间法彻底放下时，便是小乘解脱道；把出世间的解脱道也放下之时，便是大乘的菩萨道。

菩萨是不取世法也不取解脱的，这就叫作无住处涅盘，虽然不著世法的爱憎取舍，但也并不离开世法而仍要处於世法。这就是佛法所说的菩萨道的内容，它是包含了人天道与解脱道的。离了人天道，便不是真正的菩萨道，那仅是小乘的解脱道；离了解脱道，也不是真正的菩萨道，那仅是凡夫的人天道。正因为菩萨道，是不执著世间也不离开世间的，所以才是绝对的无我。解脱，

是把我执与法执全部放下，放下了我执与法执之後的人，才是彻底的自由，才是绝对的客观，才能毫无条件地建设世间，才能无上积极地广度众生。所以真正的菩萨道实行者，不会先存一个企求成佛的功利观念。

比如：地藏菩萨的「地狱未空，誓不成佛」，文殊菩萨是三世诸佛的老师，普贤菩萨的永远实践十大愿王的菩萨道，他们是为救度众生，是为众生都能成佛，是为佛法利益世间而行菩萨道，不是为了自己成佛而行菩萨道。佛经中说菩萨道是成佛的因素，那是为了对於初信凡夫的接引而说，但那也是确实的真理；菩萨虽不是为求成佛而行菩

萨道，诸佛的成佛，确都由於菩萨道的修持而来。不过，佛教的伟大，是由於法无我的实证，也就是即使无上的真理也能完全放下，不像其他的神教以及各派的哲学家们，没有一种能将自己所以为的真理也放下来，若把他们的「真理」放下了，他们就成了无依的游魂！佛教是伟大的，佛教的最高境界是把一切放下来，但在彻底放下之後，却又绝对地承担（不是执取）起来：否定了一切之後，又照著本来那样的绝对肯定起来。

从这一点，我们可以看出来了：神教徒们、哲学家们，从初步看，他们是无我积极的，为了真理的发明、追求、

弘扬、实行而努力；若从深底去看，他们确又是自私消极的，当他们抓到了自以为是的真理之後，谁肯放下来呢？哲学家们的小我化入大我，便失去了自由意志；特别是神教徒们，向往著天国的安乐，哪一个愿意永生永世地为世间的理想而服务呢？

佛教，从初步看，似乎是自私消极的，讲看破、讲放下、讲解脱、讲求从苦海的此岸到离苦的彼岸，这岂不是逃避现实？但从深底来看，唯有看破了世法的聚散无常，才能悟透彼此物我的虚幻不实，才能放下一切而从彼此物我等幻景的妄执之中得到绝对的解脱，既然解脱了爱憎取舍的束缚之後，乃至对於

解脱境界也是要解脱的。所以看破放下的结果，乃在无上积极地净化世间，并且是突破时空（大自由）地建设世间和拯救世间。这就是菩萨的本色，也就是佛教的根本精神。

因为篇幅有限，这个看似浅显而实深奥的问题，只能写到这里为止。

（三）佛教的解脱工作

佛教的出现，是由於释迦世尊的应化人间。释迦世尊的应化工作，总括一句：做的就是解脱工作。

我们知道，释迦世尊降生在王宫里；他的出家，是在受了宫廷的欲乐之後。那时他已二十九岁，为什麼要出家？大家都知道，是为了一个「苦」字，首先发觉的是生死老病的苦，继之又发现弱肉强食的苦，以及为求生存的苦，人与人之间爱憎关系的苦；那些生理的苦，心理的苦，内在的苦，外加的苦。为了解脱这些苦的问题，他就毅然决然地出家了，他想从出家修行的生活

中体悟出离苦的方法。终於，佛陀成道了，佛陀已悟到解脱痛苦的方法了。这个方法要是演绎开来，那是说不尽的，如果把它归纳起来，也只有「缘生性空」四个字而已。

所谓缘生性空，可以用两句话来说明：「众因缘生法，我说即是无。」（《中观论》）也就是说，凡是依赖著各种因素而产生的事物现象，它们的本来体性都是假有的，都是空的。那麼，试问：从宇宙界到人生界，万事万物的产生，又有哪一样不是靠众多因素的聚散而出现的呢？所以，缘生性空才是究竟的真理。

缘生性空，又可用四句话来解释：

「此有故彼有，此生故彼生；此无故彼无，此灭故彼灭。」这四句话的意思，是说世间的一切事物现象，不论是物理的成、住、坏、空，生理的生、老、病、死，或是心理的生、住、异、灭；不论是自然的，或是人为的，凡是能够成为一种现象，都是由於各种必然的因缘（关系）的聚集而成立，所以叫作「此有（关系）故彼有（现象）」；又由於各种必然的因缘（关系）的解散而消失，所以叫作「此无（关系）故彼无（现象）」。

一切的事物，从宇宙到人生，没有一样是永恒不灭的，所以也没有一样是值得依恋的。人的痛苦，却是由於不解

缘生性空的道理而来！未得的好处想得到，已得的好处怕失去；已得的不幸怕它不走，未得的不幸又怕它要来。人对於人，也是抱著这样的态度。为什麽?这是因为认不清事物的本来面目，也认不清自己的本来面目，所以把内在的「我」跟外在的一切境界全部对立起来；为了一个「我」，死命地维护著这个「我」—— 我的、我能、我爱、我恨、我要、我不……，总之，是在做著「我」的奴才和牛马。这就是一切纷争、罪恶、烦恼、痛苦的渊薮，所以「此（我）生故彼（苦）生」，称为「纯大苦聚集」；可见，不论是自己感受痛苦，或者使得他人感受痛苦，都是

由於「我」的作祟，如果能从名利、权力与物我的身心之中，看出了缘生性空的道理，那就知道一切的一切，都是假有的、暂有的、幻有的、虚有的，那还会把它们看得这样的认真吗？但要知道，这一切的一切，从性体上看，是缘生而空的；从现象上看，却又是实实在在的。这种实在，固然由於「我」的（现前）观念而存在，也是由於「我」的（已往）造业而感得。因此，从过去到现在，一切的痛苦，都是由於「我」的自作自受。如果看透了空，放下了「我」，那就是无我，那就是解脱，那就是「此（我）灭故彼（苦）灭」，称为「纯大苦聚灭」。

由此可见，佛教的解脱之道就是灭苦之道。但从理论上说，这是很难适用到一般人群中去的，所以，佛陀本著这个灭苦的原则，在印度境内恒河两岸的许多地区，往返跋涉，到处教化。并且在什麽样的场合，对於什麽样的对象，分别浅深，用各种方言，以各种譬喻，说出各种不同的教示。对於出家的弟子们，著重於根本的、出世的解脱道；对於根器深厚的弟子们，便说入世的、救世的菩萨道；对於一般的人，便说和世乐俗的人天道，期望他们以人天道为基础而进入解脱入世的菩萨道。因此，佛经的内容就有许多的差别，有的说出世，有的说入世；有的说国王大臣的治

国方法，有的说父母子女的责任义务；有的说社会服务，有的说家庭经济；有的对男子说，有的对妇女说。但都有一个共同的原则，那就是推行从佛陀悲智中流露出来的正法（正确的处世方法），减少人间由於邪恶愚痴而产生的痛苦，造成和乐、富裕、安宁、美满的人间社会，这也就是佛教的解脱工作。因为佛教固然希望一切众生都能出离生死，但在众生尚未度尽之前的解脱工作，还是要在众生群中的生死之间去做。所以，佛在成道之後，虽然已经解脱，但是佛陀的教化人间，却在他的解脱之後。不过，这些都是解脱的原则和目的，还不是解脱的方法。

（四）佛教的解脱方法

解脱的原则是性空，解脱的目的是无我，至於要真正地实际证验解脱的境界，那绝不是单凭纸上谈兵，说说道理就能办到的。因为理论是一回事，实证又是一回事，正像一部历史，虽然记载著古代的事物状况，但这历史记载的本身，绝不等於古代的事物状况；又比如「美国」这个名词，是指美国那个国家，但是「美国」这个名词，绝不就是美国那个国家。所以，讲说解脱是不太难的，要实证解脱就很困难了。因此，尽管多数的人把大道理讲得滔滔如流，若他们的身心行为只是另外的一副面

目，这就只是贩卖知识的理论，而没有得到实际的证验，和由实践而来的心得或功效。

那麼，佛教的解脱方法应该怎样证验呢?

佛教把实践解脱道的方法称为「修持」，也绝对重视修持。如果不做修持的工夫，便不能实证解脱的境界；若不实证解脱的境界，终究沦在生死境界而不能自主於生死；不能自主於生死的人，纵然学佛，纵然出家，纵然自以为是行了菩萨道，那也仅是种些解脱的种子，等待未来的成熟，现前的身分毕竟还是凡夫。既是凡夫，就不是真正的菩萨，虽行菩萨道，也属人天业。

所以，太虚大师说：「不登祖位，不能真正的弘扬大乘。」所谓祖位，就是六根清净位，是即将入初地菩萨圣位的候补者。由此可见，我们学佛的人，如果不重修持、不求解脱，光在言语文句上拾一些古圣先贤的牙慧，作为卖弄的本钱，那是没有太大意思的。

说到修持解脱道的方法则不胜枚举。比如在《华严经》中，许许多多的菩萨，各有各的解脱门。文殊及普贤两位大菩萨，更是各有无量无数的解脱门。

不过，解脱道的修持，有一个最大的原则，那就是「戒、定、慧」的三大门径，从这三大门径，就可以进入不受

生死束缚的解脱境界，所以称为「三无漏学」。漏是烦恼生死，是解脱大船的漏水之洞。现在，就让我们介绍三无漏学的修持。

1.修戒

戒的定义是不当作的不能作，应当作的不能不作。总括起来就是《增一阿含经》卷一的迦叶佛偈，也就是一般通称的〈七佛通诫偈〉：「诸恶莫作，诸善奉行，自净其意，是诸佛教。」这是过去世中，离现在最近的七尊佛陀，对於弟子们所通用的戒律。我们如果确实做到了这样的要求，便是一位标准的清净佛子。事实上，这在三岁的儿童都说得上口，但在八十岁的老翁也不容易行

得贴切，简单之中蕴有严格的要求，哪一个凡夫能够完全做到?

因此，释迦世尊的教训之中，戒是分有层次等级的：那就是通俗的五戒十善，半通俗的八戒，出世的沙弥戒与具足戒，以及入世救世的菩萨戒。这些戒的内容，本文限於篇幅，不能广为介绍，如有兴趣，可以另看拙著《戒律学纲要》一书。

在此，只能介绍通俗的五戒十善，事实上，五戒十善是一切戒的基础。能把五戒十善持好了，其他的戒也就容易持了。所谓五戒十善，五戒就在十善之中，明白了十善，也就明白了五戒。十善的内容，分为三类：1.身业类有三

种：不杀生、不偷盗、不邪淫；2.口业类有四种：不两舌挑拨、不恶言谩骂、不淫词艳语、不散乱杂话；3.意业类有三种：不贪欲、不瞋恚、不邪见。把十善修好，就称为三业清净，如果身、口、意的三种行为不能导入正轨，不能保持清净，那不要说修持解脱，就连一个基本的人格，也是有缺陷的。所以佛教的修持法门，是以持戒为一切法门的基础。刚开始不能持得清净，也不要气馁，只要持之以恒，渐渐地成为习惯，久了自然就会清净；要是怕犯戒便不持戒，乃至反对持戒，那就不行了。

在十善之中，意业类配饮酒戒，前面的身口两类，配杀、盗、淫、妄的前

四戒，便是五戒的范围。犯戒以既成的行为事实为主，所以仅有意念犯戒，不成正罪。但在十善之中，却以意业的主宰力最强，所以佛教的持戒精神，重在内心的发意，不重肉体的贞操，比如遭人强奸而不受淫乐，便不成犯戒。特别是「邪见」一项，那是十善的罪魁祸首。所谓邪见，就是不信善恶因果，如果不信因果的人，他是不能学佛的。不信因果，未必就是恶人，甚至也可以是善人，但是，最大的恶人，定是不信因果的。不信因果，就不会考虑到未来的业报问题，业报问题虽属於功利的庸俗的范围，但那确是存在的，并有抑制罪恶作用及鼓励行善作用的。既然否定了

业报的观念，巨奸大恶，也就可以为所欲为了。所以，唯有深信因果的人，才能把戒持得清净，才能把心摆得平稳。

戒持清净了，心摆平稳了，然後才能谈到学定的工夫，太虚大师曾说：「戒为三乘共基。」信佛学佛，如果看轻了戒的持守，便不是学佛法，纵然持咒、习定，能够感通神鬼，那也仅是旁门左道而已。（请阅读拙著《戒律学纲要》）

2.修定

定，也就是禅定，如果说戒是为善去恶，定便是心的收摄，所以禅定的名称叫作禅那（静虑或思惟修），又叫作三昧（等持）。总之，心不散乱而住於

一境的状态，便是禅定。

定的修持，可以说是一切宗教所共通的要求，要想在身心方面得到宗教的显著受用，唯有修习禅定是最好的方法。印度的各派宗教——佛教称他们为外道，都有禅定的经验。据佛经的记载，印度有很多外道，最高的定境能到无色界的四空处定。在中国，太虚大师则说：「在中国书上，只有老子始有此境。」（《佛学概论》）在西洋的基督教徒，虽然没有打坐的方法，但在他们的祈祷之中，往往能够得到神秘经验，那也算是禅定的一种。所以也有人说：佛教徒离开禅定，或者基督徒离开祈祷，就不能得到宗教的实益。这虽未必

是绝对的真理，但也不是没有道理的说法。由此可见，禅定对於宗教价值的重要 了。

因为禅定的作用，在消极方面，可以抑制我执、我欲的奔放；在积极方面，又可以自由开放我们精神生活的天地。禅定既是散心的收摄，所以能够防止物欲的泛滥，乃至排除了欲念而进入无欲的状态。禅定的修得也必须是离欲之後的事实，所以在（欲、色、无色）三界之中，欲界天是福报而不是禅定，离欲之後的色界天，才是禅天的开始。因此，要想证得无我，首先要离欲，要想离欲，最好是修定。禅定既可离欲，离欲之後的精神领域，自然是一种自由

的领域。

但是，禅的境界有很多，通常所说的是九次第定，从初禅、二禅、三禅、四禅的色界定，经过无色界的四空定，进入灭受想定（亦称灭尽定），才是解脱的境界，才是罗汉的境界。外道只知修定，而不知性空的无我，所以即使到达第八定，一切物质及妄念都空去了，一个我字还没有空去，所以出不了三界的生死，等他们的定力退失，从定中出来之时，便又回到生死的漩涡中去！

修禅定，不是简单的事，如果知见不正、夹杂妄念，比如为了求生天国而修禅定，便挟带有情感信仰的成分，厌此欣彼，所以他的定力只能使他生天，

只能使他依恋定乐而不再希望解脱生死，这不是佛教希望的。通常所称「著魔」，那又是等而下之的一类了，那往往是把幻境认作是神迹，认作是证果。本来，定中就可能出现幻境和定境两种现象。但是，幻境与定境不同，从不净的妄念中产生的是幻境，这在神经系统不正常的人最容易发现。他们所见的幻境，跟他们平日所想的境物是相同的，只是更加奇妙化了而已；其实，这是他们心底妄念的反映。未习定时心太散乱，所以不易觉察，一旦把心稍微静下，微细的妄念便会趁机显现，这在缺少反省力的心态之下，就会以为那是一种神迹。这是很危险的，如果得不到正

确的指导和矫正，极容易成为神经错乱的精神病患者了，那是很不幸的!

至於定境，那是在把心念集中於一点，普化成一片，扩大成一团，把这集中了的不散乱的心力，融合了外境成为自心的内境，随著定力的深浅，能把心力扩大开去，感应开去，其中所得的经验，便是定境。神通，是定力的化现，感应力的作用。但是，定境是不容许分别的，只能体会而不能名状，即使说出来，那也变了样的，否则，那便是幻境了。如果定境而有现象的作用，那已是由定力所生的神通了。

修定的方法很多，如果归纳起来，不外是「止观」的修习与协调。「止」

是心的著落、安定、静止，「观」是根据这个止的要求而思惟。如果只止不观，便会偏於枯槁而易昏沉，如果只观不止，便会偏於分别而起散心，所以要主张「止观均等」，才能产生禅的活用，才能进入定的境域。

中国的禅林，有一句名言：「念佛是谁？」通常被视为禅定的入门工夫。定的工夫，固然要有静坐作为基础；定境的获得，却不一定全靠静坐。所以不称坐禅而称参禅，这个「参」字，就是「观」的工夫。参「念佛是谁？」，就是观「念佛是谁？」，所以天台宗修持的场合不称禅堂，而称观堂，浙江的观宗寺就是如此。

念佛是用心念的，用谁的心呢？我念佛当然是我的心在念，最要紧的关头，就在这个「我」字上面，从「我」字上面一针见血地戳下去，问：「我在哪里？」肉体四肢是我？五脏六腑是我？呼吸是我？精神是我？找找看，我的本体究竟在哪里？找到最後，终究是了不可得，「我」既找不到了，妄心也就静止下来。一到心止的时候，便得身心轻安，离开定境就不太远了。但是一般的心止，未必就是入定，要是工夫不到家，散乱的分别心一止下来，就会渐渐地入於昏沉状态，那不是定而是枯、而是闷。定不是昏沉，定是精勤不懈地保持著一片空明朗澈的心境。因此，止

了之後，如觉昏沉来临，马上再起观照思惟：「念佛是谁？」这样连续下去，工夫纯熟了，自然会引入定心的。

还有一个公案：中国禅宗的六祖惠能大师，他教惠明参禅，是用这样的指示：「不思善，不思恶。正与麽时，哪个是明上座本来面目？」也就是说，当你正在不思善也不思恶的心境之时，那个就是自性本体的显现。试问：我们离开了善恶的一切心念思惟，不就是一片空明朗澈的定境吗？那也正是一种无我境界的显现。所以禅宗教人参禅，还有一句明训，那就是「离心、意、识而参」，不依心体、不藉意思、不用识辨，正在此时，哪能还存有什麼事物在

我们的脑中呢？这些都是顿悟的方法，是直下指归的方法，比起止观均等的方法，又更直接了一层，也更高深了一层，这在普通的人，在短时间内，恐怕是用不上力的。所以用止观的方法还是比较安全的。

禅观的方法还有很多。根据唐朝宗密禅师的分类，共有五等：外道禅、凡夫禅、小乘禅、大乘禅、如来禅。它们的内容颇多，已不是本文的篇幅所能容纳。大致上说，中国的禅宗修的是如来禅，那是一种将定的工夫活现并融合在实际生活中的禅定，所以经中说「如来常在定，无有不定时」，中国的禅师则说「饥来吃饭困来眠」，都是禅定的表

现。这使得枯坐守寂的小乘禅，全部活了起来。但这也有流弊，因为如来禅虽能与实际生活打成一片，若非上上根机的人，那就用不上力。试问：能有几人做得到心「常在定」的？定是收摄散心，不受外境的蛊动便是定，谁能如此了？见色、闻香、听声，乃至触恼等等，能够毫不动心吗？这是很难的修养工夫。如果仅在口头拨弄几则禅宗的公案，焉能算是修禅？所以，安全的修定方法，还是从静坐及止观方面著手。

静坐，不等於修定；修定，最好是请已有禅定修养的人直接传授，否则就容易出毛病。比如：不净观、慈悲观、因缘观、蕴处界观、数息观，这是小乘

的五停心观，尤其是不净观与数息观，最受重视。这些观法，在南传的泰国等地，以及现在的欧美，都是在老师的指导下学习的。从文字书本上学，那是靠不住的。

但是，修定的人最好先由静坐著手。静坐时必须注意以下事项：第一，要有一个寂静的环境；第二，要有一个平静的心境；第三，要有一个平稳的坐姿。不论单腿盘坐、双腿盘坐，或交叉盘坐都可以，主要的是平衡身体的重心，保持著不倒的坐姿。如果年老的人腿无法盘，也可把两腿垂地，不过那是不能持久的，一则要倒，再则由於血液循环的受阻而会使腿脚发生不良的後

果。还有，两眼的视线，最好要集中在座前的二、三尺处之一点，不注意它，也不放弃它，否则，不入昏沉便会散心。眼睛如觉不适，也可暂时闭上後再微启。

如果没有高明的禅师指导，就照上面所说的止观方法练习也可以，但要注意：千万不要希望从修定的工夫中求得什麼神迹，如果先就存了某种杂念，修持之後，一定会出岔子。要是不存杂念也有幻境显现时，那就必须提高警觉，马上回心返照，观察我在哪里？我也找不到时，幻境自然消失。或者是对於很可能出现的种种可喜或可怖的幻境，置之不理，所谓见怪不怪，其怪自败。切

勿以为是灵验，也别怕它是魔障。

如果有些人不习惯静坐，心太散、意太乱，静不下来，那就另修礼拜、读诵、忏悔、持名念佛等的法门，这是依赖佛菩萨的他力，提携接引我们本具的自力，选定一门，或选定有连贯性质的数门，比如修弥陀净土的，应该拜弥陀佛像，诵净土经论，念弥陀圣号，观西方乐土的种种庄严，这就是一贯性的法门。只要恳切持久地修持下去，就会渐入佳境。所以，这也是修定的方便法门，这是从动中取定的方法。比如《阿弥陀经》的念佛法门，也在求得一心不乱，那也就是定的一种。

修持，最要紧的是信心、敬心、决

心、恒心；死心塌地地信，虔诚皈命地敬，勇往直前地行，持久不懈地修。不要三心二意，不要急求速效，每日定时定数地修持下去，平心静气地修持下去，必然会有成效的。即使久修不验，那是工夫不纯，不是佛法不灵。在此，我想顺便一提：时下一般寺院的课诵，往往只顾形式唱念，而不顾内心修养与陶冶的修持法，实在是极待纠正的。

3.修慧

慧，是睿智的意思。修持佛法的目的，是在求得解脱，如果只修戒定而不修智慧，还是不得解脱。戒的作用，像是治病的药；定的作用，像是调补的药；慧的作用，像是指导生活的知识。

治了疾病，强了身体，还得要有超人的理智，才能做出伟大的事业。所以慧的功用，要比戒定更大。

至於慧的产生，也与戒定有关，通常是由戒生定，由定发慧，慧又转过头来，指导持戒，指导修定，就这样连环地形成了螺旋状态而向解脱之道迈进。如果只修戒定而不修慧，那便是不得解脱要领的盲修瞎炼！

不过，慧的成长，不一定全部要赖戒定的滋养，所以，通常把慧的来源分为四类：闻慧、思慧、修慧、证慧。从听法（包括阅读）而得到的智慧，称为闻慧；加以自心的思惟而後，所得的心得，称为思慧；再将自己的心得，从事

於实际的践履，从实践中所得的心得，称为修慧；若能亲自体验到了这种心得的本来面目，便是证慧。但我在此必须指出，在这四慧之中，除了闻慧以外的其他三慧，都与戒定有关，特别是与禅定的关系。因此，解脱道的证得，没有这三学的相互为用，根本办不到。虽然有些慧力特别高的人，不必经过呆板的禅定修持过程，一经点破，就得解脱，但是在其解脱之际，仍得有一种定的力用促成，不过那是非常快速的，所以称为电光喻定。由此可见，我们也不必批评不修禅定的人就等於没有修持。前面说过，如来是「无有不定时」的，真正的大定、深定，绝不限於静坐，《首楞

严经》所说的大定，也就是这样的。

（五）谁该修持解脱道？

我们中国向来有一种几乎是根深柢固的观念：以为修持办道是出家人的事，布施供养是在家人的事。其实，佛法不是出家人所专利的，佛法是属於一切人的；修持不是秘密的事，出家人固然要修持，在家人也是要修持；出家人固然要教在家人布施供养，更要指导在家人来如法修持。信佛而不亲自修持，便得不到信佛的确切受用；佛法如不让大家来普遍地实践，也就收不到化世的理想效果。

因此，我要大声疾呼：「打开佛法餐厅」的大门，让所有患著精神饥渴病的人们，都来尽情地飧用吧！因为佛法不仅是用来点缀寺院的，佛法更是为了纾解众生的饥渴（痛苦）而出现的。

四、因果与因缘

（一）

谢谢晓峰先生给我所作的介绍。今天能有此殊胜因缘，来与诸位大善知识谈论佛法，是我感到生平最难得的胜会之一。

在座的诸位，均为今日中国学术及宗教界的领袖，尤其是华冈的高层学者专家，对於佛学的研究及佛法的修持，像晓云法师及周邦道教授，均比我高明，所以我不敢说是来此演讲，其实是来向诸位请教。

像今天这样集合各宗教学者於一堂，讨论宗教与道德的问题，在台湾是首创之举，也唯有在晓峰先生主持的华

冈，才有此可能，这也正是中国儒家涵容精神的表现。故在华冈，设有各宗教的研究所，更进一步使各宗教的学者，集於一堂，相互取得理解，彼此观摩，用以截长补短，共为人类的道德生活作最大的贡献。

记得在两年半前，接受政府邀请，回台湾出席海外学人国家建设研究会议期间，曾专程访问晓峰先生，他向我建议，佛教应该将丛林的生活规范，与大学的制度教育配合，丛林附设於大学左近区域，使得丛林中的优秀僧尼，既有修道的生活，培养出家人的宗教情操；又有正规的大学教育，培养出家人对社会有贡献服务能力的条件。此一理想，

迄今虽尚未成事实，相信它将可成为事实，也必须成为事实。

（二）

今天我想用两个名词的四个字，将佛学作一个概要性的介绍，那便是「因果与因缘」。因果和因缘的意义，可以作浅显的说明，也可以作深广的发挥。如能掌握了因果及因缘的精义，便是掌握了整个佛教的教义。所以，我要沿著两个方向来探讨它：一是教团的，一是教理的，将其合并起来，便是佛教史的说明。

简单地说，因与果是因素与结果，所谓种瓜得瓜，种豆得豆，这讲的是同类因，得同类果，也有以不同的因得不同的果，也有无法取得因与果相等的事

实。

因果观念从现实的事象上看，可以成为普遍的真理，比如说，如是因结如是果，又说善有善报，恶有恶报。在中国传统思想中，如说「积善之家必有馀庆」，「积不善之家必有馀殃」。这与父慈则子孝，兄友则弟恭的原理一样。也就是说，种了好的因，必得善的果。

然而，世上确有父慈子不孝，兄友弟不恭的例子；也有积善之家横遭灭门惨祸的事实；也有行善积德一辈子，临终未必能获全尸的例子。因此，佛教对於如中国儒家所说「未知生焉知死」的生死不可知论是不能满足的。

佛教把善恶行为的因果论，从现在

的一生，穿过生前与死後的来源与去处，并且将之延伸到过去的无量生死及未来的无量生死，现在的这一生，不过是过去无量时间过程与未来无量时间过程中的一个连接点。通过了过去及未来的生和死的解释，始能明白，我们现前一生的时间，实在太短促了。

若要以现前一生的现象，说明因果的道理，便像我们在一部钜著之中，摘出一句话来，加以主观的解释，那是断章取义，无法正确地介绍那部著作之全貌的。以三世来说明因果，因果的道理始能完备。

佛教讲「业感缘起」，「业」是身心的行为所留下的惯性作用或馀势，这

种惯 ，可以一直延续下去，直到无从著力之处为止。人的善恶行为，既是过去的业因所感受的业报，也是未来的业果之所以产生的原因。通过过去的生生世世及未来的生生世世，来看现在这一生死间的一切遭遇，便不会觉得尚有任何不合理或不能取得报偿的事了。

不过，若不能通过对於佛教教义的绝对信从，或不能通过宗教经验的亲历，便不易理解，也不能接受这三世因果说的观念。但是，佛教之成为合理化，佛教之能以因果说而摄化众生，形成庞大的宗教团体，即在於三世因果说的建立。

因果之说不是佛教的独家之言，以

因果与三世配合著讲，并以因缘来说明因果的究竟点，则为佛教的特质。因与果之间的关系，是以时间的先後而建立，因与缘之间的关系，则以空间的交互影响聚散而建立。因果的形成，不论是因或果，均不能脱离主因及助缘，主因是动力或能源的出发点，助缘是围绕著主因而促使主因成为新的事物及现象之其他要素或成分。所以，要说明因果现象的生灭变化，必须要用因缘的道理。

因缘说是佛教的特质，也是释迦牟尼佛成佛之时所悟出的最大法门。佛教所说的悟境，即是悟出世间的一切现象，空间的、时间的、心理的、生理

的、物理的、社会的、自然的，凡是现象的起灭转换，无非是由於因及缘的位置的变动、成分的增减、类别的出入，而产生的离合、合离及组成、解散，解散了再组成的现象。

故从因缘的观点看世间诸法，无非是幻有的、暂有的、假有的、本性是空的，既无一物可以永久存在，也无一物可以普遍存在。所以不论是人为的，或是自然的，凡是可以用触觉、知觉、感觉来认识思辨的一切，都是假相，不是真理。如果能够理解这层道理，并且以修行的方法来亲证这层道理，佛教称之为悟，称之为解脱，称之为断烦恼，称之为离苦得乐。

(三)

基於因果报应的观点，佛教建立了教徒的伦理生活的规范及教团的团体公约的依准。对个别的教徒而言，在家众要受三皈及五戒，初出家的少男少女或未受成人教育的，要受十戒，成年的男众，要受二百五十条的比丘戒，成年的女众，要受五百条的比丘尼戒。

戒律的作用，消极面是不作一切恶，积极面是须成一切善。种了恶业的因，将受恶的果报，种了善业的因，当受善的果报。所以，从持戒与否的功过观念为出发点而接受佛教伦理生活，仍是有为的有相的，是通於世间其他各派

之说的，持戒的功德，可生人间及天堂，但尚不能解脱生死。

要想解脱生死，必须持戒而不以善恶功过为意。也就是虽不作一切恶而不是为怕遭受恶果，虽行一切善而不是为求富贵利乐的福报。为什麽？为度众生，虽遭无量苦逼而不以为苦，由於持戒积德，虽获无量福报而不以为乐，因为不论苦事或乐事，皆由因缘所生的假相，而非实相。

从因果之说，佛教为未得解脱的芸芸众生，建立了有善有恶的报应观，使得凡夫众生，不违本性而除恶为善；从因缘之说，佛教为已进佛门，并在修行道中相当努力的众生，解下「我」的价

值的包袱，而得究竟的解脱。所以，佛说有因有果，是对凡夫说，是警策凡夫，为善去恶；佛说因缘生法是空是无，乃对根利的众生说，是鼓励他们撤除功利观念的「我」执，而进入解脱之门。

相信在座的诸位，都曾熟闻「野狐禅」的名称，这是百丈禅师与一位堕落为野狐身的禅者之公案，禅者由於未达空理，误信「不落因果」而五百世为狐；经百丈点破为「不昧因果」，始脱狐身而化去。

因此，凡是空谈公案，只是口头上说无相无我，无佛无众生，而不曾经过切实修行的人，佛家便称之为野狐。切

实修行，而又执著有大功德，希求成佛做祖，认为能转法轮，并有无量众生可度、已度、将度的人，佛家称为执著汉。必须不昧因果之理，又不执著「我」的价值之为实在，方为佛法的正理所在。

再从佛教教团史的发展上说，佛陀的本怀虽从有因有果的道德基础而开出因缘生法，自性皆空的解脱境界，但在既成的教团而言，为了衛护教团的纯净，不得不强调佛陀亲口所订的生活公约，而主张佛陀已制的不得小废，佛陀未制的不得更制。因此而形成了保守的教条主义。

事实上，佛陀当时所制的戒律，是

因人、因事、因地、因时制宜的，所以，我们在律书中可以看到，佛对於各种有关僧尼生活的规定，往往是修改了又修改的。到了佛灭之後，无人敢对佛的规定另作修订，为了适应不同的社会环境，就有了各种对於戒律的不同解释。故在佛灭後的数百年间，大有百花竞放的气象，形成了部派佛教，各部有各部自己的律本，无不强调，自派的见解是最正确的。从对於戒律的歧见，发展成对於教理解释的新旧之分，这便是自由思想的大众部及保守思想的上座部之形成的因素。

从因果的立足点说，是有的，是要严守佛曾说过的一切教诫的；从因缘的

立足点上说，佛的一切教诫，无非是因人而异、因事而异、因时空不同而有不同的种种接引教化的方便法门，其中并无一成不变的定规定则，否则，不落於人我之执，也会落於法我之执，均非佛陀说法的本怀。

上座部各派，既有各自传承的律书，当然已是经过变动了的，纵然被目为保守，在保守之中，也不能脱出因缘生法，生住异灭四态的范围。

（四）

从教理发展史上看佛教，自大众部而高扬了般若的空慧之学，自上座的有部开出了名数分析的唯识法相，此即构成了印度大乘佛教的空有二系。唯识讲有，般若说空；有是说明假相的，空是说明实相的。若不从假相的分析，无从以理解来明白实相，实相的本身，绝不是可藉假相的分析而得理解，而是要从真切的修持中透悟，然在透悟之前必须明白了包围在实相之外的烦恼妄想，是些什麼之後，始能逐渐除烦恼而得明心见性，洞彻实相。

唯识法相之学，有人解释为佛教的

心理学，其实不然，心理学的目的，止於心理活动的剖析，达於心理状态的正常化。唯识则对众生生死及生命之源流与波扬变化，作追根究底并截断众流，拔除生死根本的所谓正本清源的工夫。

一般人，除了不可知论及唯物论者之外，大多相信人死後尚有灵魂之说，并且以为，肉体与灵魂的关系，像房子和人的关系一样，房子破旧了或坏塌了，人可以搬进新房子去，又像是旅店和旅客一样，在旅途中的旅客，可以不断地换住不同地区的各种旅店，旅客本身是不会变更的。

然在唯识的观点上说，并无一成不变的我相、人相、众生相、寿者相。众

生的生命之持续，是随时变迁的，它的主体，看来似乎是一，实则是由许多不同的业力所感的「识」所显现，只要身心继续不断地活 ，业力感染所成的识的内含成分，也跟著继续不断地变化。

只要有「我」的观念的执著，就有业力薰成的识，到了「无我」——不受贪欲、瞋恚、无明愚痴等烦恼心所动摇惑乱之时，业力的熏染，便不存在，生命主体的识，也就不存在了，此时称为转识成智，即是转凡夫为圣者。唯其由於生命的主体，本来是刹那变化的假相，所以它有彻底消除的可能。

不过，烦恼的识，本身即是清净的智，故不会由於烦恼的消除，连智慧的

功用也没有了。所以佛教不是断灭论者，要注意的是，到了智慧显现之後，智慧与烦恼的区别界限已不存在了。这也正是实相无相缘生性空的境界了。

佛教到了中国，比较起来，是喜欢空的，但却并不喜欢印度的般若空，不论是天台、华严、禅之各宗，都是空与有的调和论者，总是要讲心和 。

所谓清净心和实性、佛性、法性，都是在空去烦恼妄心之後，尚有一个菩提心或寂灭性，这称为唯心论的佛教，以心为中心，例如天台称一念三千，不出一心。或称自性弥陀、唯心净土等的观念，均系空与有的调和论，讲真空的同时，又要讲妙有，这是由於中国的固

有文化，喜简朴，所以对繁琐的名相分析的法相唯识学，未能作广大持久的弘扬；又由於中国文化，重视实际的生活，所以对於一空到底的般若之学，也不能作广大持久的弘扬。

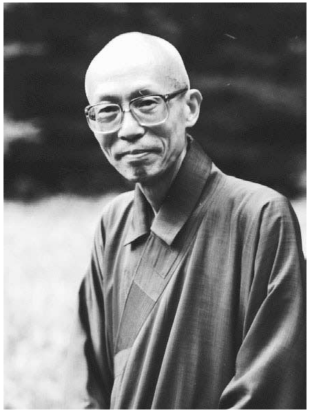
（五）

从因果与因缘的涵义，说明了佛法并不深奥难懂，只要掌握住因果与因缘的原则，佛法的纲领，已被你抓住了。明因果，可以不堕三涂恶道，知因缘，可以撤除我执我见的藩篱。知因畏果者修人天善法，通彻因缘者修出离法。唯有因果与因缘两重观念的相加并驰，方是大乘菩萨道的正信及正行。

（一九七八年二月十八日，讲於阳明山中华学术院宗教与道德研究所之午餐会上）

附　录

圣严法师简介



人间比丘圣严法师（1930-2009），自喻为「风雪中的行脚僧」，曾获《天下》杂志遴选为「四百年来台湾最具影响力的五十位人士」之一。

法师十四岁於江苏狼山出家，历经经忏、军旅生涯，三十岁再度出家。不论六年闭关苦修、日本留学、美国弘法，或是开创法鼓山，总是在无路中找出路，在艰辛中显悲愿，在坚毅中见禅慧；他的生命，就是一场实践佛法的历程。

为了提高佛教地位及僧众素质，法师四十岁毅然赴日留学。一九七五年取得东京立正大学博士学位，历任台北文化大学、东吴大学等校教授，以及中华学术院佛学研究所所长、美国佛教会副会长、译经院院长，并创办中华佛学研究所、法鼓山僧伽大学、法鼓佛教学院、法鼓大学，培养佛教高等研究人才。

一九八九年擘建法鼓山，历经十六年，终於在二

〇〇五年十月二十一日举行开山大典。此世界佛教教育园区旨在推动学术研究、修行弘化、关怀照顾等工作，并逐步扩建海内外弘法、禅修、文化、教育、关怀的组织体系。目前於台湾各地及欧、亚、美、澳，亦广设禅修中心。为弘传汉传佛教，法师并於二〇〇五年开创继起汉传禅佛教的「中华禅法鼓宗」。

法师长年奔波美、台两地，密集应邀至世界各地指导禅修，为国际知名禅师。秉承临济及曹洞两系法脉，以自然生动的方法随机应教，跨越文化藩篱，吸引了无数东西方人士。近年来，更经常与科技、艺术、文化等领域之菁英进行对谈，乃至与不同宗教进行和平合作，深获海内外各界尊崇。

除此，法师擅长以现代人的语文普传佛法，至今已有中、英、日文著作百馀种，先後获颁中山文艺奖、中山学术奖、终身文化贡献奖等；其中多种著作被转译流布世界各地。

法师教法以「心灵环保」为核心，立基於汉传佛教的传统，不断朝国际化、多元化的目标迈进，担负起现代佛教继往开来的人间使命。

四众佛子共勉语

信佛学法敬僧　　三宝万世明灯
提升人的品质　　建设人间净土
知恩报恩为先　　利人便是利己
尽心尽力第一　　不争你我多少
慈悲没有敌人　　智慧不起烦恼
忙人时间最多　　勤劳健康最好
为了广种福田　　那怕任怨任劳
布施的人有福　　行善的人快乐
时时心有法喜　　念念不离禅悦
处处观音菩萨　　声声阿弥陀佛